

# KOTVA

ročník 1

2009/prosinec

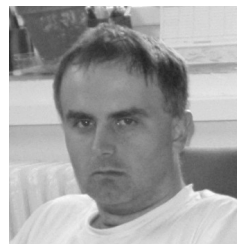
2



**„Máš-li pro nějakého člověka čas, pak se nedívej na hodiny“**

(Phil Bosmans, z knihy Nezapomeň na radost)

## U šálku čaje ...



Dnes  
usedne s námi k dobrému čaji  
pan **Tomáš Řičica** ze Zarazic.

### *Jaký čaj máš rád?*

Nejradši mám čaj ovocný, protože je v něm směska vitamínů, které v zimě nenasbíráme na zahrádce, proto je dobré třeba čaj k snídani jako vitamíny. Do čaje doporučuji med nebo citron. Záleží jakou mám chuť.

### *Na co rád vzpomínáš?*

Nejraději vzpomínám na rodiče a na rodinu, protože jsou mými nejbližšími. Mám v nich oporu. Prostě rodina to je ideální život.

### *Máš nějaký zajímavý typ na výlet?*

No, projít se někde v parku, v lese nebo po moravní hrázi. Nějaké kolečko si udělat, třeba jenom takovou vycházku dvouhodinovou. Líbilo se mi taky v Moravském krasu, kde shlédneme punkevní jeskyni a také se projedeme na lodičce po řece Punkvě.

### *Na závěr – Jaké přání chceš, aby se ti splnilo?*

Přeji si, abych se dožil hodně let, bude to záležet jaké budu mít zdraví, že? Každý ho má jiné. Přeji i ostatním, aby se dožili hodně let.

s Tomášem si povídal šéfredaktor Ing. Petr Náhlík

## Bylo nebylo !

Ani jsme se nenadáli a už je tu další číslo našeho časopisu.

Tak poslouchejte co bylo a nebylo:

Učíme se také fotografovat. Vystřídalo se u nás několik fotografů. Jednou v pátek přišel nový fotograf, který nás učí základům fotografování. Řekl nám jak se správně dělá portrét. Dále nám říká, že na fotce má být poznat, co je na ní vyfoceno. Taky nám dal domácí úkol: vyfotit bílé vajíčko na bílém pozadí. Je to vlastně hra se stíny.

Na podzim, když uzrají ořechy, tak na ně chodíme. A sice na pozemek, který patří charitě. Ořechy loupeme, balíme do sáčků a vážené se prodávají v naší charitní prodejně.

Každou středu máme keramiku. Děláme v ní zajímavé věci, jako např.: květináče, rámečky s obrázky, zvonečky a jiné příležitostní věci. K vánocům nyní děláme obrázky na rybičkách a zvonečkách různých velikostí. Postup je vždy takový – keramická hlína se zpracuje, vytvaruje se, nechá se vysušit, vypálí se v hrnčířské peci, nanese se glazura a znovu se vypálí. Tím je výrobek hotov.

Ve čtvrtek se učíme vařit. Každý z nás už několikrát vařil pod dohledem některého z asistentů. Jídla si určíme sami, nakoupíme v obchodě suroviny, uvaříme a všichni společně sníme.

Na výlety v zimě jezdíme jen zřídka. Třeba minulý rok v prosinci jsme byli na výstavě Betlémů v Hodoníně. V únoru tohoto roku jsme absolvovali představení Slováckého divadla v Uherském Hradišti.

A další informace zase příště... ☺



*zapsal: Jiří Konečný*

## Vařila Ilonka:

### „Bramboráky“

#### Potřeby:

brambory, (množství individuálně, podle počtu strávníků), vajíčko, česnek (na každý brambor 1 stroužek), majoránka, sůl, pepř, kmín, hladká mouka, libovolná uzenina a olej na smažení.

#### Postup:

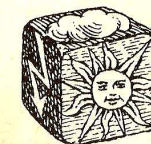
brambory nastrouháme na jemné nudličky, přidáme všechny ingredience, zamícháme, lžicí rozetřeme na pánvičce, ve které je rozpálený olej a smažíme placky.

Hned podáváme.

*Utřeme mastnou pusou a dáme si kafe, ... dobré!*



## Pranostika



### NA PROSINEC

- Mléčná dráha v prosinci jasná, bude v příštím roce úroda krásná.
- Po studeném prosinci bývá úrodný rok.
- Studený prosinec- brzké jaro.

### NA LEDEN

- V lednu za pec si sednu.
- Když není konec ledna studený, únor to dvakrát nahradí.
- Mnoho sněhů v lednu, mnoho hřibů v srpnu.

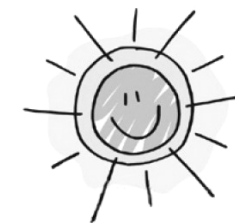
### NA ÚNOR

- Únor bílý- pole sílí.
- Netrkne-li únor rohem, šlehne ocasem.
- Jestli únor honí mraky, staví březem sněhuláky.



foto: Šárka Foukalová

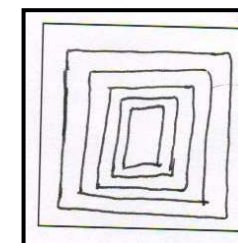
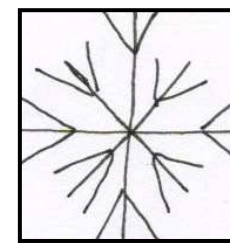
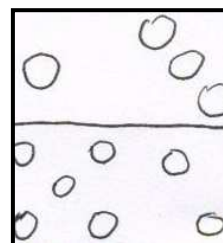
## Pohlazení duše



*Co dělá člověka bohatým a šťastným*

*Dovedeš-li se radovat z květiny,  
z úsměvu, ze hry dítěte,  
pak jsi bohatší a šťastnější než milionář,  
který má sice všechno,  
na co si jen vzpomene,  
ale protože je stále nespokojený,  
nemá z ničeho opravdovou radost,  
je jako opentlená herka v chomoutu,  
ze kterého se nemůže dostat.*

vybral kolektiv - z knihy Nezapomeň na radost, autor Phil Bosmans



kresba: Tomáš Řičica

## Tak co, rostou ?



V zimním období se již jedovaté houby nevyskytují. Houby, které najdeme v lese se dají buď jíst nebo jsou jen na ozdobu (Jidášovo ucho).

Typická vánoční houba je **Penízovka sametonohá**.

Má červenou hlavičku a černou nohu. Hodí se zejména na vánoční svátky do polévek. Roste od listopadu až do března.

**Čirůvku dvoubarevnou, fialovou, zélanku a havelku** skoro nikdo nezná, což je škoda. Hodí se na řízky, do smaženice i do polévky. Může se stát, že roste až do zámrazu.

Typická zimní houba je **Hlíva ústříčná**, která roste v dutinách ořechů a vrb. Roste od prosince do března. Hlíva je výborná na kmínu, slanině a na másle s chlebem. Tato houba se dá využít v kuchyni na všechny způsoby.

» **PRO HOUBAŘE PLATÍ STÁLE PRAVIDLO: «  
„SBÍRAT JEN TY HOUBY, KTERÉ ZNÁM“**

(ze zkušeností Zdeňka Svobody)

### POSLÁNÍ sociálně terapeutické dílny Kotva:

Posláním sociálně terapeutické dílny Kotva je umožnit lidem s duševním i jiným onemocněním, kteří jsou v produktivním věku a žijí ve Strážnici nebo dostupném okolí, zůstat součástí přirozeného společenství. Rozvojem svých schopností, dovedností, pracovních návyků a nabídkou dalších aktivit mohou tyto lidé žít běžným způsobem svých vrstevníků.

#### Základní principy, kterými se řídíme:

respektování důstojnosti člověka  
ochrana práv uživatelů

podpora seberealizace a sebevědomí uživatele

podpora samostatnosti a soběstačnosti

zachování rovných příležitostí pro všechny

**Informace:** služba je poskytována zdarma. Kontakt pro zájemce: Charita Strážnice, Kovářská 396, Ludmila Múčková, Jarmila Adamcová t.518333207

## Smích léčí ... !



- *Dva mladíci se baví o ekonomické krizi:  
„Ano, krize mě opravdu zasáhla, musím šetřit.  
Piju starý víno, jím plesnivý sýr a jezdím s autem  
bez střechy!“ ☺*
- *„Já mám tři esa a co máš ty?“ říká hráč pokru.  
Spoluhráč mu odpoví: „No, já mám jen revolver.“*

( Vybral: Vít Graubner)

#### Vydává:

Sociálně terapeutická dílna Kotva, Charita Strážnice

čtvrtletník, ročník 1, prosinec 2009/2

šéfredaktor: Ing. Petr Náhlík

redaktor mykologie: Zdeněk Svoboda

redakční rada: Jiří Konečný, Markéta Ryšková, Tomáš Řižica, Vít Graubner,  
Šárka Foukalová, Martin Škrabánek a uvedený kolektiv.

titulní strana: naše vánoce 2008, stromek v Kotvě

zodpovídá: Ludmila Múčková

tisk: Tiskárna Sukupovi

adresa redakce: Charita Strážnice, Kovářská 396, 696 62 Strážnice,

tel. 518333207, [www.straznice.charita.cz](http://www.straznice.charita.cz),

e-mail: [stredisko.ave@seznam.cz](mailto:stredisko.ave@seznam.cz)

neprodejné